

週間予定献立表 (さくら館)

期間： 2023年05月28日(日) ～ 2023年06月03日(土)

	5月28日(日)	5月29日(月)	5月30日(火)	5月31日(水)	6月1日(木)	6月2日(金)	6月3日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ふんわりオムレツ ○じゃが芋のソテー ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○かつば漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○高野と枝豆の卵とじ ○味噌マヨネーズ和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○三色いなりの煮物 ○ひきないうり ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○キャベツとベーコンのソテー ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○しば漬 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏肉のハーブ焼き ○若布とアスパラのツツサダ ○キウイフルーツ ○クレープ	○米飯 ○あじの梅煮 ○豚肉と舞茸のきんぴら ○フルーチェ(ぶどう) ○マドレーヌ	○米飯 ○肉豆腐 ○マカロニサラダ ○キウイフルーツ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○昆布茶和え ○夏みかん缶 ○コーヒーゼリー	○カレーライス ○*福神漬 ○レタスとコーンサラダ ○オレンジ ○バームクーヘン	○米飯 ○鮭のマリネ ○大根のピリ辛炒め ○マンゴープリン ○せんべい	○米飯 ○麻婆なす ○キャベツの胡麻サラダ ○黄桃・キウイ ○あんドーナツ
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚しゃぶの胡麻だれ ○豆腐おろし煮 ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○肉団子の中華風煮 ○かぼちゃの甘煮 ○桜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鯖の塩焼き ○トマトサラダ ○野菜菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の卵とじ煮 ○冷奴 ○ぶどうジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鯖梅ねぎ焼き ○大根のかにか和え ○フルーツヨーグルト	○米飯 ○中華スープ ○八宝菜 ○小松菜ツナ和え ○みそ漬け	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のタルタルがけ ○昆布茶和え ○ジョア
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1703 kcal [タンパク質] 69.7 g [脂 質] 61.0 g [炭水化物] 224.1 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1566 kcal [タンパク質] 59.9 g [脂 質] 41.7 g [炭水化物] 243.1 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1644 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂 質] 55.3 g [炭水化物] 231.4 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1576 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂 質] 44.4 g [炭水化物] 237.6 g [塩 分] 8.3 g	[エネルギー] 1823 kcal [タンパク質] 61.9 g [脂 質] 64.4 g [炭水化物] 253.8 g [塩 分] 9.3 g	[エネルギー] 1688 kcal [タンパク質] 56.6 g [脂 質] 57.9 g [炭水化物] 238.6 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1635 kcal [タンパク質] 55.5 g [脂 質] 48.0 g [炭水化物] 242.3 g [塩 分] 6.5 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年06月04日(日) ～ 2023年06月10日(土)

	6月4日(日)	6月5日(月)	6月6日(火)	6月7日(水)	6月8日(木)	6月9日(金)	6月10日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○ウインナーソテー ○白菜の炒め煮 ○のり佃煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○キャベツとムナゴロ和え ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○ツナじゃが ○小松菜のお浸し ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○キャベツさっと煮 ○しその実漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○ひきないり ○うずら豆の甘煮 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○もやしカレーソテー ○つぼ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さばの塩焼き ○ソーセージと野菜のソテー ○のり佃煮 ○牛乳
昼 食	○米飯 ○豚肉のケチャップ炒め ○白菜と茸のポン酢風味 ○フルーチェ(ぶどう) ○シュークリーム	○米飯 ○肉じゃが ○にらと卵の炒め ○みかん缶 ○×ワッフル	○米飯 ○鶏肉の照り煮 ○春雨の中華サラダ ○杏仁豆腐 ○レモンケーキ	○米飯 ○赤魚の粕漬け焼き ○白菜と胡瓜のもみ漬 ○ピーチフルーチェ ○黒糖まんじゅう	○米飯 ○鶏とアスパラ炒め ○三色浅漬け ○パイ ○やわらかクッキー	○米飯 ○豆腐のピリ辛炒め ○大根のかにあんかけ ○白桃缶 ○ココアワッフル	○米飯 ○麻婆豆腐 ○しらすおろし ○カクテルゼリー ○やわらかおかき
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○たらの梅みそ焼き ○うの花 ○高菜漬け	○米飯 ○みそ汁 ○かに豆腐 ○ほうれん草のゴマ和え ○ザーサイ	○米飯 ○みそ汁 ○かれの煮魚 ○大根ほたてサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○煮込みハンバーグ ○ポテトサラダ ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○回鍋肉 ○冷奴 ○はりはり漬け	○米飯 ○みそ汁 ○竹のごましょうゆ焼き ○玉葱とわかめの酢の物 ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉の柳川風 ○マカロニサラダ ○ぶどうジュース
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1617 kcal [タンパク質] 57.5 g [脂 質] 57.5 g [炭水化物] 232.8 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1568 kcal [タンパク質] 53.1 g [脂 質] 50.2 g [炭水化物] 235.8 g [塩 分] 10.5 g	[エネルギー] 1461 kcal [タンパク質] 62.4 g [脂 質] 33.6 g [炭水化物] 231.9 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1573 kcal [タンパク質] 58.1 g [脂 質] 45.8 g [炭水化物] 238.6 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1496 kcal [タンパク質] 61.2 g [脂 質] 42.6 g [炭水化物] 223.1 g [塩 分] 9.2 g	[エネルギー] 1638 kcal [タンパク質] 65.5 g [脂 質] 47.8 g [炭水化物] 242.6 g [塩 分] 7.4 g	[エネルギー] 1614 kcal [タンパク質] 60.4 g [脂 質] 56.3 g [炭水化物] 225.9 g [塩 分] 7.6 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年06月11日(日) ～ 2023年06月17日(土)

	6月11日(日)	6月12日(月)	6月13日(火)	6月14日(水)	6月15日(木)	6月16日(金)	6月17日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○五色揚げの煮物 ○チンゲン菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○にらと卵の炒め ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○ほうれん草のゴマ和え ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚西京焼き ○高野と枝豆の卵とじ ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○野菜炒め ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○肉詰めいなりの煮物 ○チンゲン菜のごま和え ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○豆腐とひじきの炒り煮 ○胡瓜の醤油漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○かに玉 ○長芋の梅しそ和え ○キウイフルーツ ○抹茶ババロア	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○春雨の中華サラダ ○フルーツヨーグルト ○芋ようかん	○かつカレーライス ○きゅうりの浅漬け ○いちごフルーチェ ○★複式献立の日★ ○カレーうどん ○マドレーヌ	○米飯 ○豚肉のキムチ炒め ○味噌マヨネーズ和え ○カクテルゼリー ○お茶まんじゅう	○菜飯 ○みそ汁 <i>オムレツ</i> ○えびクリームコロッケ ○2色のぶどうゼリー ○◎父の日メニュー◎ ○季節の和菓子	○豚丼 ○清汁 ○白菜とわかめの和え物 ○オレンジ ○★複式献立の日★ ○冷やし中華 ○コーヒーゼリー	○米飯 ○竹のちゃんちゃん焼き ○ポテトサラダ ○キウイフルーツ ○バームクーヘン
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけの七味焼き ○根菜の含め煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かれの磯辺焼き ○カリフラワー炒め ○しその実漬け	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚の粕漬け焼き ○胡麻酢和え ○乳酸菌飲料	○チャーハン ○中華スープ ○錦糸シュウマイ ○洋なし缶	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉となすの炒め煮 ○カニ風味サラダ ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○さばのピリ辛漬け焼き ○青菜の炒め物 ○野菜ジュース	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉の香味ソース ○レタスのサラダ ○高菜漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1311 kcal [タンパク質] 55.3 g [脂 質] 28.6 g [炭水化物] 217.5 g [塩 分] 7.3 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 63.9 g [脂 質] 48.6 g [炭水化物] 240.1 g [塩 分] 7.1 g	[エネルギー] 2030 kcal [タンパク質] 72.8 g [脂 質] 59.4 g [炭水化物] 309.0 g [塩 分] 12.2 g	[エネルギー] 1652 kcal [タンパク質] 55.9 g [脂 質] 51.9 g [炭水化物] 242.1 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1642 kcal [タンパク質] 48.5 g [脂 質] 58.6 g [炭水化物] 239.2 g [塩 分] 9.0 g	[エネルギー] 1902 kcal [タンパク質] 69.8 g [脂 質] 57.9 g [炭水化物] 287.1 g [塩 分] 14.2 g	[エネルギー] 1531 kcal [タンパク質] 62.2 g [脂 質] 38.0 g [炭水化物] 241.2 g [塩 分] 7.6 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年06月18日(日) ～ 2023年06月24日(土)

	6月18日(日)	6月19日(月)	6月20日(火)	6月21日(水)	6月22日(木)	6月23日(金)	6月24日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○魚肉ソーゼージ`ケチャップ`ソース ○小松菜のお浸し ○豆昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○切干大根と高野の煮物 ○かっぱ漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さばの塩焼き ○白菜の中華煮 ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○根菜の煮物 ○高菜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○一口がんもの煮物 ○小松菜のお浸し ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○納豆 ○竹輪と大根の煮物 ○たくあん漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○焼き魚(マス) ○キャベツの塩炒め ○桜漬け ○牛乳
昼 食	○米飯 ○鶏のマスタード焼き ○きゅうりの酢の物 ○杏仁豆腐フルーツ	○米飯 ○アジみりん焼き ○刻昆布の炒め煮 ○ヨーグルトいちごソース	○米飯 ○グリルドチキンマトソース ○油麩の卵とじ ○パイ	○米飯 ○竹のごましょうゆ焼き ○さつまいもサラダ ○オレンジ	○米飯 ○オニオンステーキ和風ハンバーグ ○トマトサラダ ○みかんフルーチェ	○米飯 ○鯖の山椒焼き ○揚げなすのみそがけ ○マンゴープリン	○米飯 ○豚肉の生姜炒め ○かぶのあんかけ ○パイ
食	○せんべい	○あんドーナツ	○ミニエクレア	○レモンケーキ	○黒糖まんじゅう	○やわらかクッキー	○ココアワッフル
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○ほっけ梅ねぎ焼き ○かぼちゃの甘煮 ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○和風ハンバーグ ○冷奴 ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○厚揚げの生姜そぼろ煮 ○わかめの青じそ和え ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のキムチ炒め ○胡瓜のしその実漬け ○うずら豆の甘煮	○米飯 ○みそ汁 ○赤魚のおろし煮 ○ごぼうサラダ ○しそ昆布	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉とキャベツの炒め煮 ○春雨の中華サラダ ○ぶどうジュース	○わかめごはん ○みそ汁 ○かに玉 ○スパゲッティサラダ ○胡瓜の醤油漬け
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1449 kcal [タンパク質] 58.9 g [脂 質] 33.7 g [炭水化物] 236.7 g [塩 分] 7.9 g	[エネルギー] 1545 kcal [タンパク質] 63.1 g [脂 質] 38.3 g [炭水化物] 242.3 g [塩 分] 8.0 g	[エネルギー] 1504 kcal [タンパク質] 66.3 g [脂 質] 40.9 g [炭水化物] 215.5 g [塩 分] 9.6 g	[エネルギー] 1707 kcal [タンパク質] 60.6 g [脂 質] 59.7 g [炭水化物] 238.1 g [塩 分] 7.6 g	[エネルギー] 1474 kcal [タンパク質] 57.1 g [脂 質] 32.0 g [炭水化物] 240.1 g [塩 分] 8.5 g	[エネルギー] 1669 kcal [タンパク質] 58.5 g [脂 質] 61.2 g [炭水化物] 229.5 g [塩 分] 6.5 g	[エネルギー] 1657 kcal [タンパク質] 58.4 g [脂 質] 55.0 g [炭水化物] 234.6 g [塩 分] 9.8 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。

週 間 予 定 献 立 表 (さくら館)

期間： 2023年06月25日(日) ～ 2023年07月01日(土)

	6月25日(日)	6月26日(月)	6月27日(火)	6月28日(水)	6月29日(木)	6月30日(金)	7月1日(土)
朝 食	○米飯 ○みそ汁 ○炒り豆腐 ○ほうれん草のお浸し ○はりはり漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○オムレツ ○豆腐とひじきの炒り煮 ○ふりかけ ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○物々西京焼き ○フナソンの和風ドレ和え ○しそ昆布 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○とろろ芋 ○ソーセージと野菜のソテー ○しば漬 ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○温泉卵 ○刻昆布の炒め煮 ○桜漬け ○牛乳	○米飯 ○みそ汁 ○さけフレーク ○炒り煮 ○たくあん漬け ○牛乳	
昼 食	○米飯 ○あじの唐揚げ野菜あん ○わか草とかのナムル ○黄桃・キウイ ○やわらかおかき	○米飯 ○カニクリームコロッケ ○シーザーサラダ ○夏みかん缶 ○抹茶ババロア	○米飯 ○肉団子の中華風煮 ○大根とほたての梅和え ○キウイフルーツ ○芋ようかん	○夏野菜カレーライス ○*福神漬 ○マリネサラダ ○杏仁フルーツ ○マドレーヌ	○米飯 ○赤魚のおろし煮 ○ほうれん草わさび和え ○オレンジ ○お茶まんじゅう	○米飯 ○鶏肉トマト煮 ○レタスとコーンサラダ ○みかん缶 ○コーヒーゼリー	
夕 食	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉のケチャップ炒め ○白菜のもみ漬け ○ジョア	○米飯 ○みそ汁 ○鶏肉のハーブ焼き ○海鮮ブロッコリー炒め ○野沢菜漬	○米飯 ○みそ汁 ○かに豆腐 ○わかとめかぶ和え ○べつたら漬け	○米飯 ○みそ汁 ○サバの味噌煮 ○セロリの香り炒め ○たくあん漬け	○米飯 ○みそ汁 ○豚肉と大根のソテー炒め ○ポテトサラダ ○金時豆	○米飯 ○みそ汁 ○かれないの煮魚 ○ブロッコリーとベーコンのソテー ○野菜ジュース	
栄養 量 目 安	[エネルギー] 1411 kcal [タンパク質] 49.5 g [脂 質] 40.5 g [炭水化物] 220.1 g [塩 分] 6.8 g	[エネルギー] 1493 kcal [タンパク質] 56.9 g [脂 質] 41.5 g [炭水化物] 228.0 g [塩 分] 8.6 g	[エネルギー] 1423 kcal [タンパク質] 48.9 g [脂 質] 28.9 g [炭水化物] 248.9 g [塩 分] 9.4 g	[エネルギー] 1680 kcal [タンパク質] 53.6 g [脂 質] 58.2 g [炭水化物] 246.4 g [塩 分] 9.5 g	[エネルギー] 1605 kcal [タンパク質] 62.1 g [脂 質] 48.0 g [炭水化物] 231.9 g [塩 分] 8.1 g	[エネルギー] 1384 kcal [タンパク質] 63.0 g [脂 質] 28.0 g [炭水化物] 225.9 g [塩 分] 10.1 g	[エネルギー] 0 kcal [タンパク質] 0 g [脂 質] 0 g [炭水化物] 0 g [塩 分] 0 g

* 都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承お願い致します。